

الجالاكتوسيميا

هو مرض وراثي ينتقل بالطريقة المتنحية من الآباء إلى الأبناء ويتمثل بوجود خلل في التمثيل الغذائي لسكر الجالكتوز (Galactose) وذلك لغياب الإنزيم الخاص

بنك العملية، مما يؤدي إلى تراكمه في الدم والكبد والدماغ وبالتالي يصبح ساماً وهذا يتسبب بالأعراض التالية:

- تضخم الكبد و الطحال ، اختلال أنزيمات الكبد
- اعتام عدسة العين.
- صعوبة الرضاعة ، وتأخر في النمو.
- هبوط السكر .
- الاسهال و الاستفراغ و اليرقان.

ويكون هدف العلاج التغذوي هو تخفيف ظهور مضاعفات المرض. (**غذاء خالي من اللاكتوز والجالكتوز**).

التخخيص:

يتم تشخيص المرض بأجراء فحص يسمى (**Beutler fluoresce test**)

* المكونات الممنوعة التي يجب تجنبها:

1. جوامد حليب مجف خالي الدهن (**solids**).
2. الكازين (**Casein**).
3. كازينات الصوديوم (**Sodium caseinate**).
4. كازينات الكالسيوم (**Calcium caseinate**).
5. المصل. (**whey solids & Whey**).

هناك أنواع أخرى من الحليب المسموح و لكنه يحتوي على كميات قليلة جداً من الجالكتوز مثل:



- Nutramigen
- Pregestimil
- Alimentum

في حال استخدامها يجب عمل فحوصات متكررة للتأكد من عدم تراكم الجالكتوز في الدم.

اما بالنسبة لأنواع الحليب غير المسموحة

- اينافاميل (Enfamil & Enfamil 22)
- سيميلاك (Similac).
- سيميلاك خالي لاكتوز (Free).
- سيميلاك نيوشور (Similac Neosure)
- حليب Good Start و Follow-up
- حليب الإنثور و البيبيأشور .
- حليب جالاكتومين (galactomin 19) ،

**ملاحظات هامة:

- يجب قراءة بطاقة البيان الموجودة على المنتجات الغذائية و خلوها من سكري اللاكتوز و الجالكتوز.
- إبلاغ الصيدلي عند شراء أي نوع من الأدوية عندإصابة المريض بالجالاكتوسيميا.
- الجالاكتوسيميا تختلف كلها عن حساسية سكر الحليب. (Lactose intolerance).



- خثرة اللبن. (Curds)
- اللاكتوز و الجالكتوز. (Lactose & Galactose)

* المكونات المسموحة :

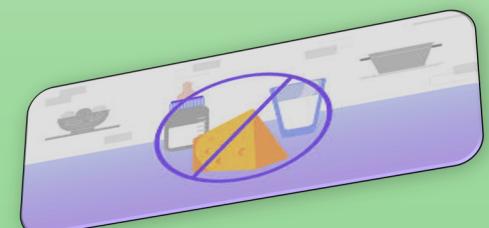
- لاكتيت (Lactate)
- حمض اللاكتيت (Lactic acid)
- الزلال (Lactalbumin)
- لاكتيليت ستيرول.(Stearoyl-2-lactylate)
- جلوتاميت أحادية الصوديوم . (pure monosodium glutamate)

حليب الرضيع والأطفال

عند اختيار حليب الأطفال يجب على الأم مراعاة اختيار الحليب المناسب للحصول على احتياجات الطفل الغذائية بناءً على حالته المرضية، وسيكون الحليب عبارة عن مستخلص بروتين فول الصويا (Soy protein isolate).

أنواع الحليب المسموحة :

- ايسوميل (Isomil)
- بروسوبى (Prosobee)
- د.ايسوميل.(Isomil DR)
- ألسوي. (Alsoy) و (Follow-up soy)
- نيوكيت (neocate)





الخدمات الطبية الملكية

شعبة الخدمات العامة و التغذية

الرقابة الغذائية والتغذية السريرية

الجالاكتوسيميا



المجموعات	الأغذية المسموحة
مجموعة الحليب ومشققاته	أي نوع مصنوع من مستخلص بروتين الصويا، حليب اللوز، حليب الأرز، حليب جوز الهند
مجموعة الخبز والحبوب	الأرز، المعكرونة، سباغيتي، نودلز، الخبز (لكن دون اضافة حليب (ومنتجاته))، الشعير، الذرة، طحين ونشا النزرة، الشوفان
مجموعة اللحوم	اللحمة الحمراء، الدجاج، السمك، البيض
مجموعة الدهون زيوت نباتية	مارجرين (بدون حليب او صويا مضافة)، مايونيز
مجموعة الفاكهة	افوكادو، كرز، كوكتيل، جريب فروت، عنبر أحضر، مانجا، نكتارين، شمام، فراولة.
مجموعه الخضار	أرضي شوكي، هليون، شمندر، خس، زهرة، ملفوف، ذرة حلوة، خيار، فطر، زيتون أحضر، بامية، بقدونس، فلفل حار، بطاطا، فجل، سبانخ، كوسا، ملوخية، مخلل الخيار والملفوف، البازيلاء، الخضراء، فاصولياء خضراء.
البقوليات والمكسرات	لوز، مكسرات برازيلية، كاجو، بندق، فول سوداني، زبدة الفول السوداني، جوز، مستخلص بروتين الصويا، فستق حلبي، كستنة، بذور العصفر والسمسم ودوار الشمس، خروب
المشروبات	المشروبات الغازية، الشاي، القهوة، مشروب الطاقة
السكر وال المحليات	قصب السكر، شراب النزرة، الجلو والمربى التي تحتوي على الفاكهة المسموحة، سوس، سكر القيق، العسل الأسود، المحليات الصناعية مثل: اسيبارتيم ونيوتراسوبيت، العسل، سكر اللوز
الحلويات	الكيك والبسكويت المصنوع من المكونات المسموحة جيلاتين، اليودنج المصنوع من الماء او الحليب المسموح، الكاكاو، شوكولاتة سوداء
متفرقات	شيبس البطاطا، البشار، المواх الخالية من الحليب، البسكويت السادة، صبغة او لون الكراميل،